

选择一款吸乳器

医院级供租赁的吸乳器

这款吸乳器产生的吸力强度在0-250毫米汞柱之间, 速率为每分钟循环40-60次。(这些术语的定义请见下面的方框。)如果你的新生儿宝宝还不能好好吃奶或者还未能母乳喂养, 这将是最好的选择。这些吸乳器大部分在医院中使用, 但当中的大多数都能出租供家庭使用。尽管它们被妈妈们共享使用, 但是你的母乳收集套件则是专用的。这些套件与吸乳器相连, 并且与你的乳汁产生接触。

你的乳汁对宝宝的健康尤为重要。如果你还没开始自己护理宝宝, 请每天吸奶8-10次以达到充足的产奶量。刚开始时你也许会感觉有点怪, 但是一次过吸两边的奶--称为双边吸奶--能节省大量的时间。或者, 你也可以一次只吸一边的奶。更多详情请参考艾蜜达® 表格“使用吸乳器达到充足的产奶量”



Ameda铂金™ 吸乳器是一款重约9磅的便携式吸乳器。其安静的旋转式活塞能提供畅顺而舒适的吸力, 从而维持妈妈的产奶量。作为第一款提供真空感™ 技术的吸乳器, 无论是单边还是双边吸奶, 它都能在任何高度提供持续的吸力。

它配置了提供自定义控制™ 技术的吸力及速率按钮, 你可以找到最适合自己的设置。每个妈妈都是不同的。对某个妈妈最为适合的设置, 对另一个妈妈而言却未必如此。你可以通过这些设置找到吸奶

很多妈妈都会因为各种原因选择吸奶。吸奶可以在你外出的时候给宝宝提供食物, 也可以缓解涨奶。如果你的宝宝不能好好吃奶或还未能母乳喂养, 吸奶还能让你持续产奶。挑选吸乳器之前, 需知道某些吸乳器比其他款式的更适用于某些特定情形。

量最高的最佳设置。

Ameda精英™ 吸乳器是一款重约7磅的便携式吸乳器。它是第一款配备微处理器的医院级吸乳器。研究表明, 它能有效帮助妈妈们达到充足的产奶量。这款精英吸乳器同样具备自定义控制吸力及速率按钮, 你可以找到最适合自己的设置。



Ameda哺乳师™ 吸乳器是一款配备旋转式活塞的吸乳器, 重约11磅。这款久经考验的吸乳器配有可调节的吸力设置, 速率则固定为每分钟循环48次。

吸乳器及吸奶术语

- **cpm:** 每秒循环次数的简称。它指的是吸乳器每秒钟达到吸力高峰然后释放的次数, 也被称为吸乳器速率。达到及维持充足产奶量的最有效范围为40-80cpm。
- **mmHg:** 毫米汞柱的简称。此单位用于计算吸乳器的吸力强度。0-250mmHg的幅度最为舒适有效。
- **排乳** (亦称放乳反射或喷乳反射): 当你的乳房排乳的时候, 你体内的一种激素会使你的肌肉挤压出乳汁。大部分妈妈每次喂奶时都会出现数次的排乳, 但却基本毫无感觉。这就是为什么更大的吸力却往往吸不出更多乳汁的原因。如果不排乳的话, 大部分乳汁会滞留在乳房内。若想了解如何在吸奶时激发排乳, 请参考艾蜜达® 表格“使用吸乳器达到充足的产奶量”

为适用不同情况而推荐的吸乳器类型

你的情况	医院级租赁吸乳器	日常用个人吸乳器	偶尔使用的吸乳器	手动吸乳器
每天不超过一次不能亲自喂哺	√	√	√	√
每周5-6天不能亲自喂哺	√	√		
不能亲自喂哺宝宝，争取达到充足的产奶量	√			
不能亲自喂哺宝宝，维持充足的产奶量	√	√		

改编自Mohrbacher N.的著作《让母乳喂养变得简单：为妈妈们提供帮助的指南》一书，德克萨斯州阿马里洛市，海尔出版社，2010年。

日常使用的个人吸乳器

如果你是一名全职妈妈，你需要一款有效的吸乳器来维持你的产奶量。这类小型轻质的吸乳器大多可以提供介于0-250mmHg的吸力设置和介于40-60cpm的速率设置。如果你多数情况下都不能亲自喂哺，这类吸乳器将是你的最佳选择。如果你想简单快速地挤出乳汁的话，这类型也是你的不二之选。如果你打算经常吸奶，请选择具有以下特点的款式：

- **耐用性：**大部分为日常使用而设的吸乳器都提供电机保修一年的保障。
- **喇叭罩选择：**吸奶的过程中，乳头的大小会发生变化。为了你可以获得更高的舒适度，我们提供了一系列的尺寸范围供你随着身体的变化而改变你的选择。
- **可调节的吸力和速率：**在安全有效的吸力及速率范围内，你的吸乳器的可调节性越高，你就越容易按照你的乳流找到最适合的设置。只有一个控制键的吸乳器比配备两个控制键的可调节性要低。
- **电源选择：**拥有越多的电源选择，你就能在越多的地方吸奶。寻找一款支持电池、车载适配器及交流电适配器的吸乳器。
- **吸乳器的护理：**简单的护理相当重要。检查清楚有多少配件需要清洗以及那根狭长难清洁的管子是否需要清洁。

Ameda 全为你超级™ 及其他**全为你®** 型号都是为日常使用而设的活塞驱动吸乳器。它们的电机有一年的保质期。喇叭罩则有七种不同的尺寸供你选择。



它们同样以配备自定义控制吸力及速率按钮。使用全为你双重电动吸乳器套件，你可以双边同时吸奶以节省时间。在吸奶过程中，它的成熟气阀保护™

技术能在你的乳汁和吸奶软管之间提供坚实的隔绝屏障，因此不需对软管进行任何的护理。它绝不含有DEHP和BPA。你可以选购全为你系列的拎包、冷

冻箱、额外的喇叭罩、一个车载适配器、一个手动吸乳器以及其他配件。

偶尔使用的个人吸乳器

如果你每天只有不超过一次不能亲自喂奶的话，你的吸乳器对你维持产奶量就不是那么至关重要。在这种情况下，你可以考虑选择一款供偶尔使用的吸乳器。这种类型的吸乳器大多比较便宜，但是耐用性可能不太高。它们的电机保修期限也许只有3-6个月。有些型号只能达到不高于40cpm的速率。有些是半自动的，使用过程中你必须按住一个小孔或者按钮来产生和释放吸力。购买这种类型的吸乳器之前，请与母乳喂养的专业人士沟通一下。

手动吸乳器

手动吸乳器通过挤压手柄提供动力。如果你每天只有不超过一次不能亲自喂哺的话，这个款式是个不错的选择。但是它需要妈妈们多加练习才能找到能够激发喷奶反射的吸奶速率。在出现电力故障的时候，这也是一个很好的后备选择。

Ameda 单手吸乳器曾获设计奖项，它那简单好用的手柄极易旋转，让你的手腕更感舒适。通过改变手柄的挤压程度和速度，它能让你找到适当的节奏从而激发更快的乳流。与使用其他手动吸乳器不同，你可以在你的乳汁流出后握紧并停止挤压你的吸乳



器，从而降低手动吸奶的工作量。这款吸乳器可以放入钱包或手提包内，还可以与任何标准奶瓶或储奶袋适配。

这些都只是一般信息，不能取代您的保健医生的建议。如果您遇到不能快速解决的问题，请立即寻求协助。每个宝宝都是独特的，如有疑问，请联系您的医生或保健信息提供方。